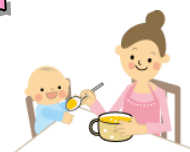




5～6か月 離乳食レシピ



離乳食の簡単なレシピです。参考にしてみてください。



10倍粥

【作り方】

【分量】

米…………… 1
水…………… 10

- ① 米を洗い、耐熱用のカップに米と水を入れる。
- ② ①を大人のご飯を炊くときに炊飯器の真中にカップごと入れ、炊飯する。

豆腐のペースト

【分量】

絹豆腐……………大 1

【作り方】

- ① 豆腐を小鍋に入れ茹でる
- ② ①をすり潰しペースト状にする

玉ねぎとおいものペースト

【分量】

玉葱……………小 2
さつまいも…………… 小 2

【作り方】

- ① 玉葱とは茹でてからペーストにする
- ② さつまいもは皮をむいて、茹でてからペーストにする